Membres du Club FADOQ Cœurs Joyeux de St-Eustache
ACTIVITÉS/COURS/Hiver 2027
15 semaines (sauf indication contraire)

Cours	JOUR	DÉBUT	HEURE	LOCAL	COÛT
Danse en ligne débutant 1	Jeudi	21 jan.	13h15 à 14h15	Jean-Labelle	90,00 $
Danse en ligne débutant 2	Lundi	18 jan.	13h00 à 14h15	Jean-Labelle	112,50 $
Danse en ligne intermédiaire	Lundi	18 jan.	14h30 à 15h45	Jean-Labelle	112,50 $
Danse Pratique	Mardi	19 jan.	13h00 à 16h00	Jean-Labelle	5$/participation
Danse sportive 1	Mardi	12 jan.	09h30 à 10h30	208-211	90,00 $
Danse sportive 2	Mardi	12 jan.	14h30 à 15h30	Pav. Chénier	90,00 $
Danse sportive 3	Jeudi	14 jan.	11h00 à 12h00	208-211	90,00 $
Équilibre et tonus 1	Mercredi	13 jan.	13h00 à 14h00	201	90,00 $
Équilibre et tonus 2	Vendredi	15 jan.	13h00 à 14h00	208-211	90,00 $
Espagnol débutant 2(10 sem)	Jeudi	14 jan.	10h00 à 11h30	312	135,00 $
Gyrokinesis 1	Mardi	12 jan.	09h30 à 10h30	Rivière Nord	90,00 $
Gyrokinesis 2	Vendredi	5 fév.	10h00 à 11h00	Comp. Aqua.	90,00 $
Marche 1	Lundi	11 jan.	10h00 à 11h00	Parc Nature	75,00 $
Marche 2	Vendredi	15 jan.	10h00 à 11h00	Parc Nature	75,00 $
Mise en forme 50+ 1	Mercredi	13 jan.	13h00 à 14h00	Pav. Chénier	90,00 $
Mise en forme 50+ 2	Jeudi	14 jan.	09h30 à 10h30	208-211	90,00 $
Mise en forme douceur 1	Mardi	12 jan.	11h00 à 12h00	208-211	90,00 $
Mise en forme douceur 2	Mercredi	13 jan.	14h15 à 15h15	Pav. Chénier	90,00 $
Mobilité et musculation 60+ 1	Mercredi	13 jan.	14h15 à 15h15	201	90,00 $
Mobilité et musculation 60+ 2	Vendredi	15 jan.	14h15 à 15h15	208-211	90,00 $
Pilates	Lundi	11 jan.	10h30 à 11h30	Pav. Chénier	90,00 $
Tai-Chi	Mardi	12 jan.	13h00 à 14h00	Comp. Aqua.	90,00 $
Yin-Yoga	Jeudi	28 jan.	14h15 à 15h45	208-211	135,00 $
Yoga étirements	Mercredi	27 jan.	11h00 à 12h00	208-211	90,00 $
Yoga sur chaise Niv 1	Lundi	11 jan.	13h00 à 14h00	205	90,00 $
Yoga sur chaise Niv 1	Jeudi	28 jan.	16h00 à 17h00	208-211	90,00 $
Yoga sur chaise Niv 2	Lundi	11 jan.	14h15 à 15h15	205	90,00 $
Zumba Gold	Jeudi	28 jan.	13h00 à 14h00	208-211	90,00 $
Zumba Gold Tonus	Mercredi	27 jan..	09h30 à 10h30	208-211	90,00 $

Les salles 201, 205, 208-211 et 312 sont à la Maison du Citoyen
Salle Jean-Labelle, 367 rue Godard, St-Eustache,
Compl. Aqua. = Complexe Aquatique St-Eustache, 230 Boul. Arthur Sauvé, St-Eustache,
Pav. Chénier, 315 rue Albert, St-Eustache,
Rivière Nord, 706 rue Primeau, St-Eustache,
Parc Nature 724 Boul. Lavallée, Saint-Eustache.

****** **ATTENTION** ******

Le Club FADOQ Cœurs Joyeux de St-Eustache n'offre plus le cours d'Aqua forme.

ACTIVITÉS	JOUR	DÉBUT	HEURE	LOCAL	COÛT
Bridge	Mardi	5 jan.	13h00 à 16h00	201	5$/participation
Cartes (la séquence)	Mercredi	6 jan.	18h30 à 21h30	213	Gratuit ♥
Palet (Shuffleboard)	Jeudi	14 jan. 28 jan. 11fév. 25 fév.18 mars, 25 mars,15 avril, 29 avril,13 mai, 27 mai.	19h00 à 22h00	208-211	Gratuit ♥
Pétanque	Lundi	4 jan.	18h30 à 22h00	208-211	Gratuit ♥
Scrabble (duplicate)	Jeudi	7 jan.	09h30 à 12h00	205	Gratuit ♥

♥ **Gratuit avec carte de membre du Club FADOQ Cœurs Joyeux de St-Eustache Inc.**
Pour obtenir votre carte de membre FADOQ, vous devez être âgé de 50 ans et plus. Le coût est de $30 par année ou 55$ pour 2 ans, payable par carte débit ou carte de crédit, argent comptant ou par chèque à l'ordre de :
CLUB FADOQ CŒURS JOYEUX de ST-EUSTACHE INC.

ÉVÉNEMENTS ET SORTIES

Les prix sont pour les membres du Club FADOQ Cœurs Joyeux de St-Eustache

	PRIX	DATE	HEURE	LIEU
Karaoké	10$	19 fév.	13h30	Salle 208-211

ADHÉSION À LA CARTE CLUB FADOQ CŒURS JOYEUX DE ST-EUSTACHE

En devenant membre de la FADOQ, vous vous permettez :

- De vous doter d'un pouvoir de négociation imposant auprès des paliers gouvernementaux afin de conserver les acquis;
- De vous faire entendre haut et fort lorsqu'il s'agit de conserver et d'améliorer la qualité de vie des 50 ans et plus;
- De donner une force de représentation puissante (600,000 membres);
- La possibilité de participer aux Jeux des Aînés du Québec aux niveaux local, régional et provincial.

Un membre de la FADOQ est une personne privilégiée :

- Qui reçoit gracieusement le magazine VIRAGE : un magazine d'information et d'actualité publié quatre (4) fois par année. Pour un abonnement 1 an, (4) magazines (une valeur de 12.06$ taxes incluses); pour un abonnement 2 ans, (8) magazines (une valeur de 21,14$ taxes incluses).
- Qui a accès à des rabais sur de nombreux produits, incluant des produits d'assurance et des services financiers : grâce aux partenaires officiels de la FADOQ, plus de 1000 rabais et privilèges vous sont offerts.

*Nous sommes un organisme à but non lucratif qui prône **l'entraide, le respect et le plaisir pour tous.** Notre principal objectif est d'organiser des activités pour le maintien de la forme physique et l'enrichissement de l'esprit, le tout à des coûts accessibles et dans une ambiance qui se veut joyeuse et conviviale.*

Si vous désirez de plus amples renseignements, vous pouvez consulter le *www.fadoq.ca* ou communiquer avec la FADOQ Région des Laurentides au numéro de téléphone suivant : 1-877-429-5858

Conformément à la Loi québécoise de l'Office de la protection du consommateur, voici les règles d'annulation d'une inscription à un cours.

Annulation avant le début des cours : Si vous annulez votre inscription avant le début des cours, remboursement complet.

Annulation après le début des cours : Le club remboursera le coût des cours qui n'ont pas été suivis, moins une pénalité prévue par la loi correspondant au montant suivant : 10 % du prix des cours qui n'ont pas été suivis.

**** Annulation hors contrôle d'un cours** (ex : Tempête de neige), le cours sera donné à la fin de la session.

Programmation Hiver 2027

184 St-Eustache, Bureau 216,
St-Eustache, QC, J7R 2L7
Tel. : (450) 491-6860
coeursjoyeux1@hotmail.com
Facebook: facebook.com/CoeursJoyeuxFadoq
Site WEB: www.coeursjoyeux.com

Heures d'ouverture du bureau:
Mardi/Mercredi/Jeudi: de 10.00H à 12.00H / de 13.00H à 15.00H

Les membres du conseil d'administration sont heureux de vous accueillir pour cette session d'hiver 2027 :
Diane Verville, présidente; **Thérèse Desjardins**, vice-présidente et responsable des voyages; **Liliane Douville**, secrétaire et trésorière; **Dorothy Hamel**, administratrice et responsable des cartes de membre; **Micheline Binette**, administratrice et responsable des événements; **Micheline Carrière**, administratrice; **Lise Brisson**, administratrice.

N'hésitez pas à nous faire part de toutes questions ou commentaires